

桃園市東勢國小113學年度上學期 第 17 週(葷) 學生午餐食譜設計表 人數:408+15人

★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

類別	12月16日		星期一	12月17日		星期二	12月18日		星期三	12月19日		星期四	12月20日		星期五
	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量
主食	芝麻餅	黑白芝麻各	0.1 KG	糙米飯						蕎麥餅	蕎麥*	2 KG	糙米飯		
主菜	照燒雞排	照燒醬(日式)<穀盛>(1800ml)	2 桶	粉蒸肉	地瓜粉	2 KG	玉米滑蛋瘦肉粥	紅蘿蔔小丁(QRC)+	2 KG	砂鍋魚丁	大白菜(QRC)+	5 KG	滑蛋親子丼	紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG
		雞排(CAS)<超秦>	414+6		蒸肉粉<真好家>(50gx2包)	10 盒		絞赤肉<桃園>	6 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG		骨髓丁(CAS)<佳世福>	3 KG
		絞蒜頭	0.2 KG		赤肉片<桃園>	25 KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	10 KG		沙茶醬<牛頭牌>(3K)	1 桶		洋蔥(進口)+	3 KG
					絞蒜頭	0.2 KG		洗選蛋<東杰>	6 KG		凍豆腐(非基改)<津悅>	10 KG		綠豆芽(QRC)	5 KG
					黃地瓜(產銷履歷)	15 KG		芹菜(去葉)+(QRC)<旭暘>	1 KG		鯰魚丁(QRC)	28 KG		洗選蛋<東杰>	3 KG
														雞丁(CAS)<佳世福>	24 KG
副菜	炒三絲	薑絲	0.3 KG	紅蔘炒蛋	蔥	0.3 KG	客家小炒	紅辣椒	0.1 KG	起司洋芋	紅蘿蔔大丁(QRC)+	2 KG	紅燒冬瓜	薑絲	0.3 KG
		紅辣椒	0.1 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	10 KG		豆干片(非基改)<津悅>	25 KG		馬鈴薯大丁(進口)+	30 KG		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC)	35 KG
		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG		洗選蛋<東杰>	21 KG		赤肉絲<桃園>	2 KG		乳酪絲(起司絲)(1K)	3 包		絞赤肉<桃園>	2 KG
		海帶絲<聯宏>	12 KG		生香菇	2 KG		乾魷魚絲	2.5KG		培根碎片(CAS)<嘉一香>	2 KG			
		粗干絲(非基改)<津悅>	12 KG					芹菜(去葉)+(QRC)<旭暘>	3 KG						
青菜	履歷菜	薑絲	0.2 KG	機青松	絞蒜頭	0.2 KG				機小白	薑絲	0.2 KG	蘿蔓菜	絞蒜頭	0.2 KG
		蚵白菜(產銷履歷)	31 KG		青松菜(有機)	31 KG					小白菜(有機)	31 KG		蘿蔓萵苣(有機)	31 KG
湯品	小魚味噌湯	蔥	0.6 KG	金菇什錦湯	大白菜(QRC)+	5 KG	鮮肉包	鮮肉包<奇美>(65g)	410+6 個	紫菜蛋花湯	蔥	0.6 KG	紅豆湯圓	二砂糖	7 KG
		小魚干(3~4cm)	0.6 KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	2 KG					洗選蛋<東杰>	6 KG		小湯圓	8 KG
		味噌<十全>(3K)	1 箱		赤肉絲<桃園>	1 KG					紫菜(100g)	2 包		紅豆(1K)<產銷履歷>	4 包
		豆腐(切小丁)非基改)(大板)(舖	2 板		金針菇(QRC)	5 KG									
水果							水果	水果	425份	鮮奶	優酪乳<養樂多>(125ml)	6 瓶			
											鮮奶<養樂多>(125ml)	421+2 瓶			
菜單營養分析	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量	類別		份量
	全穀根莖類		5.1	全穀根莖類		5.1	全穀根莖類		5.6	全穀根莖類		5.2	全穀根莖類		5.5
	豆魚蛋肉類		2.9	豆魚蛋肉類		2.6	豆魚蛋肉類		2	豆魚蛋肉類		2.1	豆魚蛋肉類		1.9
	油脂類		3.2	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3	油脂類		3
	蔬菜類		1.1	蔬菜類		1.3	蔬菜類		0.1	蔬菜類		0.9	蔬菜類		1.8
	乳品類			水果類			水果類		1	乳品類		1	乳品類		
		熱量(大卡)	746			熱量(大卡)	720			熱量(大卡)	740			熱量(大卡)	708

設計:至芃企業有限公司

執行秘書:

校長: